

Método madre canguro (Kangaroo care)

¿Qué es el método madre canguro?

El método madre canguro es una técnica para sostener a su bebé de manera tal que permite el contacto piel con piel. Tiene muchos beneficios para usted y para su bebé.

¿Quién puede usar el método madre canguro?

Cualquiera de los padres pueda usar el método madre canguro.

¿Por qué debo usar el método madre canguro?

El método madre canguro beneficia a los bebés y a los padres de muchas maneras. Algunos beneficios:

- Ayuda a la madre a producir más leche materna y aumentar las posibilidades de amamantar más adelante.
- Ayuda a que el cerebro del bebé crezca y le ayuda a desarrollarse y alcanzar los hitos del desarrollo.
- Los bebés que reciben contacto piel con piel:
 - Se mantienen calientitos.
 - Lloran menos y duermen más.
 - Comen y aumentan de peso mejor.
 - Respiran más fácilmente.
 - Se enferman menos.
 - Permanecen menos tiempo en el hospital.

Su bebé se siente más a gusto cuando se mantiene cerca de usted porque:

- Reconoce el sonido de su voz y los latidos de su corazón.
- Reconoce su olor y la forma en que lo toca.

El método madre canguro también le puede ayudar a:

- Sentirse más cerca de su bebé.
- Aliviar algunas preocupaciones sobre los equipos que se utilizan para ayudar a su hijo.
- Sentirse más seguro en cuanto a cómo cuidarlo.

¿Cuándo debo utilizar el método madre canguro?

La mayoría de los bebés están listos para el método madre canguro ni bien nacen. En ocasiones, los padres deben esperar unos días o semanas debido al estado de salud del bebé. El equipo de atención médica le informará si su bebé está listo. **Consulte con el enfermero o el médico de su bebé cualquier día que visite y pueda quedarse unas horas.**

En caso de emergencia o si tiene una inquietud urgente, llame al 911 o vaya inmediatamente a la sala de urgencias más cercana.

Método madre canguro, continuación

¿Dónde debo practicar el método madre canguro?

Usted puede practicar el método de madre canguro junto a la cuna del bebé mientras está hospitalizado. El equipo de atención le puede dar una silla cómoda, un banco para los pies, batas de hospital y un biombo para proteger su privacidad.

¿Cómo es el método madre canguro?

Siga los siguientes consejos y pídale a la enfermera más detalles:

- Vista al bebé solamente con el pañal.
- Desabróchese la camisa o blusa. Quítese el sostén o camiseta para que su piel esté en contacto con la piel del bebé. Puede usar también la bata de hospital, una que traiga de su casa o una bata especialmente diseñada para el método madre canguro.
- Sostenga al bebé pegado a su pecho, piel con piel. Asegúrese de que no haya ropa o cobijas entre usted y su bebé. Puede utilizar una cobija pequeña para cubrirle la espalda o ponerle un gorrito en la cabeza.
- Trate de sostener al bebé piel con piel por al menos 1 o 2 horas. Cualquier cantidad de tiempo es beneficiosa pero cuánto más tiempo practique el contacto piel mejor es.
- Realice todas sus actividades de cuidado y aseo personal antes de comenzar el método madre canguro.
- No se duerma por la seguridad de su bebé.
- Aproveche este momento para interactuar y afianzar el vínculo afectivo con su bebé. Durante el método madre canguro, puede interactuar con su bebé de la siguiente forma:
 - Háblele
 - Cántele una canción
 - Léale un cuento
- Evite realizar actividades ruidosas y que desvíen su atención como hablar por teléfono, hacer video llamadas o mirar televisión o videos con el volumen alto.



Shutterstock, stock photo ID: 627551351

¿Cómo puedo ayudar a mantener a mi bebé seguro durante el método madre canguro?

- Dese una ducha justo antes de su visita.
- Lávese bien las manos con agua y jabón durante al menos 20 segundos al ingresar a la unidad. Vuelva a lavárselas o use un gel o espuma a base de alcohol justo antes de hacer contacto piel con piel con el bebé.

En caso de emergencia o si tiene una inquietud urgente, llame al 911 o vaya inmediatamente a la sala de urgencias más cercana.

Método madre canguro, continuación

- Si necesita o desea usar su teléfono durante el método madre canguro, límpielo con toallitas desinfectantes justo antes de usarlo para asegurarse de no pasarle gérmenes al bebé por medio de sus manos.
- No use productos que tengan mucho olor como perfumes, cigarrillos o marihuana.
- Si su bebé tiene un tubo respiratorio:
 - Asegúrese de no cambiar la posición de su cabecita mientras está haciendo contacto piel con piel.
 - Pida ayuda al enfermero de su bebé o al fisioterapeuta respiratorio si usted o el bebé necesitan cambiar de posición.
- Si su bebé tiene una vía intravenosa, no tire de ella ni permita que se enrede.

¿Qué pasará cuando mi bebé llegue a casa?

Continúe practicando el método madre canguro en casa. Algunos momentos apropiados pueden ser:

- Después del baño.
- Cuando se despierta en la mañana.
- Al alimentarlo.

Cuando su bebé regrese a casa del hospital, hable con el pediatra sobre cómo practicar el método madre canguro de manera segura.

Esta hoja informativa contiene sólo información general. Hable con el médico de su niño o con uno de los integrantes de su equipo de atención médica sobre el cuidado específico para él.